

علائم و راهکارهای کنترل بیش‌فعالی در کودکان



آزاده سیدمیرزایی‌جهتی
کارشناس ارشد روان‌شناسی تربیتی

● اختلال بیش‌فعالی غالباً با نقص توجه و تمرکز، بی‌تابی در برابر شکست و ناکامی، کج‌خلقی، طردشدن از سوی همسالان و واکنش شدید اطرافیان همراه است و منجر به بروز علائمی مانند پرخاشگری، اختلالات سلوک و افت تحصیلی در مدرسه می‌شود. دقت داشته باشید که اختلال بیش‌فعالی علائم و نشانه‌های مشخصی دارد و نباید هرگونه رفتار کودک را به‌پای بیش‌فعالی گذاشت. بیش‌فعالی و نقص در توجه و تمرکز، مشخصاتی رفتاری مانند مدام وول‌خوردن و حرکت بدون هدف دست‌پا، حواس‌پرتی و گم‌کردن مکرر وسایل شخصی، بی‌احتیاطی و انجام کارهای خطرناک، سرصداي زیاد هنگام بازی، پرخرفی، بی‌توجهی و قطع صحبت دیگران، مداخله در کار دیگران، ایجاد دردسر برای هم‌کلاسی‌ها در مدرسه، عدم برقراری ارتباط صحیح با همسالان، اختلال در یادگیری، انجام چند کار با یکدیگر و غالباً ناتمام‌گذاشتن آنها را دارد. مشخص شده است که بین رفتارهای نادرست والدین با بیش‌فعالی ارتباط وجود دارد. والدین کودکان بیش‌فعال معمولاً منفی‌نگرند و باورهای غیرواقعی درباره‌ی خود و کودک دارند. آنها بیشتر به‌صورت دستوری با کودکان صحبت می‌کنند. همچنین روابط ناصحیح والدین با یکدیگر، تنش و اضطراب در محیط خانواده نیز بر رفتار کودک تأثیر گذاشته و منجر به بروز یا تشدید علائم بیش‌فعالی می‌شود. زمانی که والدین از مدارا با کودک بیش‌فعال عاجز می‌شوند، نسبت به خود و کودک احساس بدی پیدا کرده و معمولاً از تنبیه یاد استفاده می‌کنند و همین امر سبب احساس منفی و کاهش اعتمادبنفس در کودک می‌شود. یکی از راهکارهای مؤثر، اصلاح و تغییر محیط و روابطی است که با کودک در تعامل‌اند. مانند راهکارهای زیر:

- به کودک توجه مثبت نشان دهید: در زمان انجام کارهای درست، از تشویق‌های غیرکلامی مانند نگاه محبت‌آمیز، دست‌کشیدن روی سر، بغل‌کردن و... و تشویق‌های کلامی مانند عالی، خیلی خوب و... استفاده کنید.
- در صورت انجام کار نادرست، به او بی‌توجهی کنید و فعالیت مورد علاقه او را برای مدتی موقت قطع کنید.
- با کودک شفاف صحبت کنید و خواسته خود را محکم بازگو کنید؛ برای مثال الان زمان خواب است.
- در هر زمان فقط یک درخواست از کودک داشته باشید، به او بازخورد دهید و تشویق را فراموش نکنید.
- از درخواستی که به کودک داده‌اید برگردید و بیکر انجام آن باشید.
- برای کودک امتیاز در نظر بگیرید. در برابر هر کار درست به او یک امتیاز به صورت گل، ماه، ستاره یا هر شکل دیگری بدهید. به او بگویید برای هر کار خوب به او یک ستاره می‌دهید و مثلاً اگر سه ستاره بگیرد او را به پارک خواهید برد. برای کودکان دبستانی امتیازات عددی در نظر بگیرید و مثلاً در برابر هر ۱۰ امتیاز به او پاداش دهید.
- مرکز کودک را تنبیه بدنی نکنید. تنبیه کودک باید به‌صورت بی‌توجهی موقتی یا محروم‌کردن باشد. مثلاً به‌دلیل انجام کار نادرست، یک ستاره یا یک امتیاز از او بگیرید. محروم‌کردن کودک از فعالیت مورد علاقه‌اش نیز می‌تواند مؤثر باشد.



آرش صادقیان
کارشناس آموزش و پرورش

ما چگونه حرف‌زدن را آموخته‌ایم؟ راه‌رفتن را چطور؟ غذاخوردن و راه‌رفتن را چطور؟ آیا برای اینها به کلاس رفته‌ایم؟ در واقع نوزاد انسان از زمان تولد به‌دنبال کشف محیط و قواعد بازی آن است. هر چیزی را کودک با حرص آن‌قدر تجربه می‌کند تا خیالش راحت شود که همه شرایط و قواعد آن را دریافته است. از این‌رو است که گاهی بارهاوبارها وسایل را از روی میز به پایین می‌اندازد و می‌نگرد. درست زمانی که کودک در حال آموزش خود از طریق سعی و خطاست، والدین در نقش مربی وارد می‌شوند و تمام خلاقیت‌های او را سرکوب می‌کنند. چگونه؟ انگیزه و اشتیاق او را از تجربه‌کردن می‌گیرند و بیش از تجربه‌کردن او را از نتیجه بدین صورت آگاه می‌کنند: دست نزن می‌شکنه! دست نزن چیزه! ندو می‌خوری زمین! و...

اما این برخلاف روند آموزش غریزی و ذاتی انسان است. انسان تمایل دارد خود همه‌چیز را کشف کند و در این‌روند نه‌تنها خود می‌آموزد، بلکه می‌سازد و ابداع می‌کند. پس اساساً آموزش مستقیم که مبتنی بر تدوین تجربیات موفق و انتقال آن به دیگری است، با اینکه فواید فراوانی دارد، اما یک ضعف بزرگ دارد و آن این است که این بر خلاف نحوه آموزش غریزی انسان

است؛ لاقلاً در دوران کودکی.

آیا این مسئله عواقبی هم دارد؟ معلمان و مربیان والدین حس کودکان را در کلاس درس درک می‌کنند که چگونه گاهی با بی‌زاری به مدرسه می‌روند. این بی‌زاری گاهی به هیچ دلیل بیرونی با ترس نیست، این فقط برخلاف روند کشفی آموزش در کودکی است. باید پی‌نیریم که در طول قرن‌ها و هزاران سال ما انسان‌ها پیش از آنکه خط را ابداع کنیم، بیشتر از اینکه به آموزش‌های یک‌سویه و یک‌طرفه استاد و شاگردی عادت کرده باشیم، به آموزش حین انجام و اجرا عادت داریم؛ طوری‌که کودک با نظارت والد یا مرشد دست

تخته سفید

تأثیر بازی‌های کارتی در افزایش مهارت‌های زندگی و اجتماعی



به انجام کار می‌زند. بازی‌ها چون مشابه همان رفتار غریزی اجدادی ما هستند و از آموزش یک‌سویه و یک‌طرفه استاد و شاگرد اثری ندارند، بالاترین بازدهی را در میان شیوه‌های آموزشی داشته و دارند. در برخی از پژوهش‌ها حتی برای رشد و تعالی سازمان‌ها نیز از بازی استفاده شده است.

در دنیا بازی‌های رومیزی و کارتی استفاده‌های فراوانی دارند و با توجه به نیاز مخاطبان و جامعه هدف از آنها به‌درستی به عنوان یکی از پربازده‌ترین و البته به‌صرفه‌ترین ابزارهای درمان، آموزش، بهبود رویه و روندها و نیز سرگرمی بهره گرفته می‌شود. بازی‌های

رومیزی چون اساساً بازی هستند و سرگرمی را در دل خود دارند، پس مدت زمان زیادی می‌توانند افراد را سرگرم کنند و چون هر بازی یک چارچوب و قانونی دارد، بازیکنان را قانون‌پذیر بار می‌آورد و چون گروهی هستند، افراد از یکدیگر می‌آموزند و به این شکل بستری برای خلاقیت جمعی شکل می‌گیرد.

علاوه بر اینکه چون بازی رومیزی یک فرایند لذت‌بخش گروهی است و به‌تهدایی امکان بازی‌کردن آنها در اکثر مواقع میسر نیست، خود این مهم به نزدیک‌ترشدن فضای فکری و احساسی اعضای یک جامعه کوچک مانند خانواده، تیم، کلاس درس یا گروه‌های دوستی کمک می‌کند. علاوه بر این، بسیاری از بازی‌ها مانند «بازی عواطف و احساسات»، اثر تحسین‌شده خانم الیزابت وُرن هم، به شکل نامحسوس اما به‌شدت اثرگذاری توانسته گفت‌وگو بین همه رده‌های سنی را در یک خانواده یا گروه دوستی و همکاری از راه سلامت و بدون حاشیه و سوءتفاهم ایجاد کند. در فضایی سالم و بدون ترس از قضاوت‌شدن و حواشی است که افراد یک جامعه روند رشد و تعالی خود را پی‌می‌گیرند و به جای هراس از دیگری به او همان‌گونه که هست می‌نگرند نه آتی که از نظر آنها باید باشد و نیست و این دستاورد یک بازی ساده و جذاب است. اما در بسیاری از مواقع چنین چیزی یک آرزوی محال است. بازی‌ها قرار نیست خیلی پیچیده یا سخت باشند، کافی است بجا و درست انتخاب شوند تا تأثیرگذار باشند.

غفلت از آموزش و پرورش بومی



با به آنها توهین کنم. به نظر شما روح حاکم بر محتوای آموزشی ما از ست پسندیده نیاکان ما پاسداری کرده است؟ چه باید کرد؟ راهکار چیست؟

- مشارکت فعال معلم‌ها در تهیه مواد درسی یا محتوای درسی، همه می‌دانیم کمتر کسی به اندازه معلم نسبت به دانش‌آموز خود شناخت دارد. اگر آموزگار بر اساس شناخت و تجربه خود از واقعیت‌های بومی در کنار مؤلفان متخصص ما دست به تهیه محتوای آموزشی بزند، مطمئناً نتیجه واقعی‌تر و عادلانه‌تر خواهد بود.

سه‌م آموزش‌های فنی و حرفه‌ای از بودجه ۹۸

موجب تصویب و ابلاغ قانون نظام جامع آموزش و تربیت فنی‌وحرفه‌ای و مهارتی شده است که باید در لایحه بودجه سال ۱۳۹۸ اعتبارات لازم از سرجمع اعتبارات فصل آموزش‌های فنی‌وحرفه‌ای برای تشکیل شورای عالی آموزش‌های فنی‌وحرفه‌ای و مهارتی در نظر گرفته شود. گزارش حاضر تصریح می‌کند اعتبارات متفرقه که گستردگی آن نقطه‌ضعفی در نظام بودجه‌ریزی است، در قانون بودجه سال ۱۳۹۷ و در لایحه بودجه سال ۱۳۹۸، با شینی ملایم وارد اعتبارات دستگاه‌ها شده که امر مثبتی است، اما هنوز به صورت کامل محقق نشده است. وجود دو جدول ۷ و ۲۰ در لایحه، بیانگر این امر است.

اعتبارات متفرقه دستگاه‌های اصلی ارائه‌کننده

مرکز پژوهش‌های مجلس در گزارشی به بررسی بودجه سال ۱۳۹۸ آموزش‌های فنی‌وحرفه‌ای و مهارتی پرداخت. گزارش مرکز پژوهش‌های مجلس تصریح می‌کند که در قانون برنامه ششم توسعه، در مواد ۶۳، ۶۵، ۶۶ و ۶۹ احکامی در ارتباط با آموزش‌های فنی‌وحرفه‌ای مقرر شده است. ارتقای شاخص‌های کمی و کیفی آموزش‌های فنی‌وحرفه‌ای ازجمله مقررات این احکام است. اعتبارات حوزه آموزش‌های فنی‌وحرفه‌ای در لایحه بودجه سال ۱۳۹۸ مانند قانون مصوب سال ۱۳۹۷ ذیل فصل آموزش‌های فنی‌وحرفه‌ای با بیش‌شد ۱۸۰۲ شخص و بین دستگاه‌های مجری تقسیم شده است.

ضرورت توجه به آموزش‌های فنی‌وحرفه‌ای

۲- دوزبانی در آموزش رسمی. سال‌هاست پژوهش‌های یونسکو نشان داده است آموزش به زبان مادری در کنار آموزش به زبان رسمی کشور حداقل در دوره دبستان مانع ترک تحصیل شده و منجر به بالا رفتن اعتمادبه‌نفس، عزت نفس و حس تعلق در بین کودکان شده است.

- به جای تألیف کتاب‌های خاص برای استان‌ها یا تخصیص چند درصد از کتاب به مسائل استانی، پیشنهاد می‌شود کتابی با نام سرزمین ما ایران برای همه دانش‌آموزان تهیه شود. این کتاب می‌تواند دانش‌آموزان را در سراسر کشور با تاریخ، زبان، آیین، ادیان، خوراک، پوشاک، ادبیات، فولکلور و موسیقی اقوام مختلف آشنا کند. این کتاب می‌تواند به وحدت در عین کثرت ما ایرانیان بپردازد و به کودکان ما پیام‌وزده که قدرت و ثروت ما در گوناگونی ماست. شنیدن روایت‌های مختلف و آشناندن با صدهای متفاوت نه‌تنها دانش‌آموز ما را توانمند می‌کند، بلکه او را در مسیر عدالت‌جویی و مسئولیت‌پذیری در قبال جمع راهنمایی می‌کند. شناخت درست دیگری منجر به احترام و مسئولیت‌پذیری در مقابل وی می‌شود. اگر دیگری را دیدیم و او را به رسمیت شناختیم، دیگر نمی‌توانیم در مقابل آنچه بر او می‌گذرد، ساکت و بی‌تفاوت باشیم. سکوت و بی‌تفاوتی اغلب راه را برای پذیرش و عادت به بی‌عدالتی هموار می‌کند.

است. در این گزارش عنوان شده است اعتبارات تملک دارایی سرمایه‌ای امور آموزش و پژوهش نیز ۱۶ درصد رشد و آموزش‌های فنی‌وحرفه‌ای ۱۹/۳ درصد رشد داشته؛ درحالی‌که جمع امور ده‌گانه ۲/۹ درصد کاهش داشته است. البته این در حالی است که اعتبارات برنامه آموزش متوسطه فنی‌وحرفه‌ای در بخش تملک دارایی‌های سرمایه‌ای ۱۶ درصد کاهش داشته است. این کاهش، بخش مهمی از هفت هزار هنرستان کشور را که هم‌اکنون با موضوعاتی مانند تخریب ساختمان، کمبود تجهیزات و مواد مصرفی مواجهند، تحت تأثیر قرار می‌دهد، بنابراین لازم است از سرجمع اعتبارات تملک دارایی‌های سرمایه‌ای آموزش‌های فنی‌وحرفه‌ای، اعتبارات لازم برای این امر در نظر گرفته شود.

سودوکو سخت ۲۳۰۸

زمان پیشنهادی: ۴۰ دقیقه

قانون‌های حل جدول سودوکو:

- در هر سطر و ستون باید اعداد یک تا ۹ نوشته شود. بدیهی است که هیچ عددی نباید تکرار شود.
- در هر مربع ۳×۳ اعداد یک تا ۹ باید نوشته شود و در نتیجه هیچ عددی نباید تکرار شود.

سودوکو ساده ۲۳۰۸

زمان پیشنهادی: ۲۰ دقیقه

سودوکو
سودوکو Sudoku یک واژه ترکیبی ژاپنی به معنای عددهای بی‌تکرار است و امروزه به جدولی از اعداد گفته می‌شود که به عنوان یک سرگرمی رایج در نشریات کشورهای مختلف به چاپ می‌رسد.

حل سودوکو سخت

۲	۹	۱	۳	۴	۵	۷	۶	۸
۳	۷	۵	۶	۸	۱	۲	۴	۹
۵	۸	۱	۹	۷	۵	۶	۳	۲
۴	۲	۸	۷	۵	۱	۳	۹	۶
۹	۵	۶	۳	۸	۴	۱	۷	۲
۷	۱	۳	۵	۶	۲	۴	۸	۵
۱	۳	۹	۵	۲	۶	۸	۷	۴
۸	۶	۲	۴	۷	۳	۱	۵	۹
۵	۴	۷	۸	۱	۹	۶	۳	۲

حل سودوکو ۲۳۰۸

۱	۷	۶	۳	۸	۵	۴	۹	۲
۵	۸	۳	۶	۹	۴	۷	۱	۲
۲	۹	۵	۷	۱	۸	۶	۳	۴
۹	۶	۱	۷	۸	۵	۳	۴	۲
۸	۳	۲	۹	۴	۶	۱	۷	۵
۷	۴	۱	۲	۳	۹	۸	۶	۵
۳	۱	۸	۵	۹	۶	۲	۷	۴
۴	۵	۷	۸	۶	۲	۳	۹	۱
۶	۲	۹	۳	۱	۷	۴	۵	۸

جدول ۲۳۱۱

۱۵	۱۴	۱۳	۱۲	۱۱	۱۰	۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱
۱	۱۵	۱۴	۱۳	۱۲	۱۱	۱۰	۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲
۲	۱۶	۱۵	۱۴	۱۳	۱۲	۱۱	۱۰	۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳
۳	۱۷	۱۶	۱۵	۱۴	۱۳	۱۲	۱۱	۱۰	۹	۸	۷	۶	۵	۴
۴	۱۸	۱۷	۱۶	۱۵	۱۴	۱۳	۱۲	۱۱	۱۰	۹	۸	۷	۶	۵
۵	۱۹	۱۸	۱۷	۱۶	۱۵	۱۴	۱۳	۱۲	۱۱	۱۰	۹	۸	۷	۶
۶	۲۰	۱۹	۱۸	۱۷	۱۶	۱۵	۱۴	۱۳	۱۲	۱۱	۱۰	۹	۸	۷
۷	۲۱	۲۰	۱۹	۱۸	۱۷	۱۶	۱۵	۱۴	۱۳	۱۲	۱۱	۱۰	۹	۸
۸	۲۲	۲۱	۲۰	۱۹	۱۸	۱۷	۱۶	۱۵	۱۴	۱۳	۱۲	۱۱	۱۰	۹
۹	۲۳	۲۲	۲۱	۲۰	۱۹	۱۸	۱۷	۱۶	۱۵	۱۴	۱۳	۱۲	۱۱	۱۰
۱۰	۲۴	۲۳	۲۲	۲۱	۲۰	۱۹	۱۸	۱۷	۱۶	۱۵	۱۴	۱۳	۱۲	۱۱
۱۱	۲۵	۲۴	۲۳	۲۲	۲۱	۲۰	۱۹	۱۸	۱۷	۱۶	۱۵	۱۴	۱۳	۱۲
۱۲	۲۶	۲۵	۲۴	۲۳	۲۲	۲۱	۲۰	۱۹	۱۸	۱۷	۱۶	۱۵	۱۴	۱۳
۱۳	۲۷	۲۶	۲۵	۲۴	۲۳	۲۲	۲۱	۲۰	۱۹	۱۸	۱۷	۱۶	۱۵	۱۴
۱۴	۲۸	۲۷	۲۶	۲۵	۲۴	۲۳	۲۲	۲۱	۲۰	۱۹	۱۸	۱۷	۱۶	۱۵
۱۵	۲۹	۲۸	۲۷	۲۶	۲۵	۲۴	۲۳	۲۲	۲۱	۲۰	۱۹	۱۸	۱۷	۱۶

رویداد «چهارسوق»

● جمعی از معلمان جوان، با دغدغه کمک به رشد و به‌روزشدن نظام آموزشی، رویداد ویژه‌ای را در خرداد ۱۳۹۲ برگزار کردند. این رویداد میزبان افرادی بود که تحول در سبک آموزش، بخش مهمی از دغدغه‌های زندگی‌شان را به خود اختصاص داده بود. اکنون و در آستانه یازدهمین دوره، رویداد چهارسوق میزبان تعداد زیادی از فعالان حوزه آموزش از دانشجویان و معلمان گرفته، تا کارآفرینان و خبرنگاران حوزه تعلیم‌وتربیت است. برنامه اصلی چهارسوق در ۱۰ رویداد گذشته، ارائه‌های کوتاه‌از تجربه‌ها و نظریه‌های بومی آموزشی توسط فعالان حوزه آموزش بود. در مجموع ۷۶ ارائه کوتاه‌از سوی طیف وسیعی از فعالان حوزه آموزش از معلمان مدارس روستایی گرفته تا معمار و نویسنده و گرافیکست و مدیران نظام رسمی اجرا شده است. تلاش می‌شود آماده‌سازی ارائه‌دهندگان در فرایندی حرفه‌ای صورت گیرد تا در عین حفظ کیفیت محتوا، ارائه‌ای جذاب برای مخاطبان حاضر در رویداد کاربران فضای مجازی اجرا شود. یازدهمین رویداد چهارسوق با کیفیتی بهتر و بخش‌هایی جدید میزبان فعالان حوزه آموزش خواهد بود. چهارسوق با فراترقتن از قالب رویداد، در آستانه تبدیل‌شدن به یک جریان اجتماعی آموزشی تحول‌خواه است و رویداد یازدهم یکی از اجزای مهم این جریان خواهد بود. رویداد یازدهم چهارسوق با برنامه‌هایی نظیر سخنرانی‌های ناب در حوزه تعلیم‌وتربیت، فعالیت‌ها و بازی‌های مشارکتی، فعالیت‌های شبکه‌ساز، میدان کاروبار و ساخت مستند از سوی دانش‌آموزان میزبان صدها نفر از فعالان آموزشی کشور خواهد بود. «پویش آرزوها» با هدف تقویت امید و هم‌افزایی خواسته‌های فعالان تعلیم‌وتربیت کشور به‌عنوان یکی دیگر از اجزای چهارسوق یازدهم اجرا خواهد شد. از طرفی، شبکه اجتماعی مجازی چهارسوق بستری بی‌نظیر برای شبکه‌سازی، مشارکت و هم‌افزایی فعالان در مسیر تحول نظام آموزشی کشور فراهم می‌آورد. چهارسوق به‌عنوان بستری برای شکل‌گیری شبکه فعالان تحول‌خواه تعلیم‌وتربیت همه معلمان، دانش‌جویان، مدیران، فعالان فرهنگی، مدارس، مؤسسات، اهالی رسانه و حتی دانش‌آموزان و والدین دغدغه‌مند در حوزه تعلیم‌وتربیت را به مشارکت در شبکه‌سازی و هم‌افزاشدن دعوت می‌کند. یازدهمین رویداد چهارسوق با مشارکت تعداد بیشتری از مدرسه‌ها، گروه‌ها و مؤسسه‌های فعال در حوزه تعلیم‌وتربیت نسبت به رویدادهای گذشته برگزار می‌شود و امید است با گذر زمان تنوع و گستره این مشارکت بیشتر و بیشتر شود. یازدهمین رویداد نوآوری‌های آموزشی چهارسوق، ۲۶ بهمن ۱۳۹۷ در تهران، مرکز آفرینش‌های فرهنگی و هنری کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان میزبان علاقه‌مندان به حوزه آموزش خواهد بود.

برای آشنایی بیشتر با رویداد یازدهم می‌توانید به تارنمای www.chaharsoogh.ir مراجعه کنید. ویدئوهای ارائه‌های گذشته چهارسوق در تارنما به‌صورت رایگان در دسترس همگان قرار دارد. تارنمای چهارسوق امکان عضویت و ثبت رزومه حرفه‌ای برای علاقه‌مندان و فعالان حوزه آموزش را فراهم می‌کند. داوطلبان سخنرانی در چهارسوق نیز می‌توانند درخواست خود را از طریق بخش «سخنرانی در چهارسوق» روی تارنما به ثبت برسانند تا در فرایند انتخاب و آماده‌سازی برای ارائه قرار گیرند.

شماره‌های تماس دبیرخانه چهارسوق: ۰۲۱۴۷۳۴۱۱۱۳-۰۲۹۲۹۳۳۳۹

جدول ۳۳۱۲ ■ طراح: ییزن گورانی

افقی:

- آغاز روز- جابه‌جا کردن- خرگوش عرب
- نفع- طناب- تکنیک ۳- مبتلا- ایالتی در آمریکا- دیروقت شب ۴- رنج بی پایان- اندازه صدای هر سیستم صوتی- آژیر خطر ۵- باتلاق- وزیدن باد- گله چارپایان ۶- نابینا- پسر گودرز در شاهنامه- ماده اصلی شیشه ۷- نوجوان بزهکار که در مرکز اصلاح و تربیت نگهداری می‌شود- رمانی با پس‌زمینه جنگ نوشته مجید قیصری- عدد بی‌اثر در ضرب ۸- ایشان- دام پریه‌شده- محوکردن ۹- پدربزرگ- توانایی موجود زنده برای تولید مثل- مکان‌ها ۱۰- خبرگزاری جمهوری اسلامی ایران- شب گذشته- برداشت محصول ۱۱- سنت‌ها- بدون برنامه‌ریزی- یکتا ۱۲- رشته کوهی که آسیا را از اروپا جدا می‌کند- کوشا- زهر ۱۳- قومی از نژاد هندواروپایی- توله سگ شکاری- تیغ موکت بری ۱۴- فرمان اتومبیل- جست‌وجوگر- پرنده هدایت‌پذیر از راه دور ۱۵- متقارب- جدایی‌ناپذیر- سخن زیرلب از روی ناراضیاتی.

عمودی:

- القباب امام علی(ع)- نوعی نان ضخیم- از اجرام آسمانی ۲- با همه توان و امکانات- از پسران فریدون پیشدادی ۳- شرم- تاریمی- سردار ۴- سلام- ظالم و ستمگر- جلادهنده کفش ۵- سودای ناله- نوزاد حشره- داخل ۶- نهمین سوره قرآن- پایتخت کشور جزیره‌ای کپ ورد درآفریقا- پوشاک ستور ۷- زمزمه‌کردن- سایبان چشم- داستانی نوشته علی مودنی ۸- نام